

MARLEY SPOON



Gelbes Hähnchencurry

mit Erdnüssen und Weißkohlsalat



30-40Min.



3-4 Personen

Auch in der asiatischen Küche ist Krautsalat beliebt. Ganz hervorragend passt er als knackige Begleitung zu diesem cremigen Curry mit Hähnchen, Paprika und Karotten in Kokosmilch. Dazu gibt es fluffig-aromatischen Jasminreis. Lass es dir schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1 Päckchen gelbe Currypaste
- 500ml Kokosmilch
- 2 rote Paprika
- 1 Päckchen Erdnüsse, geröstet & gesalzen⁵
- 400g Jasminreis
- 1 Packung Weißkohl
- 2 Karotten
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 rote Zwiebel

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Erdnüsse (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 870.0kcal, Fett 32.1g, Eiweiß 44.8g, Kohlenhydrate 96.2g



1. Reis kochen

In einem großen Topf 800ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** bei niedrigster Hitze abgedeckt ca. 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



4. Weißkohl marinieren

Den **Weißkohl** vom Strunk befreien und in möglichst feine Streifen schneiden. Salz, Pfeffer und 1EL Essig zum **Kohl** geben und den **Kohl** mit den Händen kräftig durchkneten. Beiseitestellen und ziehen lassen.



2. Gemüse vorbereiten

Inzwischen die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Halbringe schneiden. Die **Karotten** schälen, die Enden abschneiden, dann die **Karotten** der Länge nach halbieren und in schräge, dünne Streifen schneiden. Die **Paprika** halbieren, entkernen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden.



5. Erdnüsse hacken

Die **Erdnüsse** grob hacken. Das **Hähnchenfleisch** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze ca. 2-3Min. scharf anbraten. Die **Zwiebel**, die **Karotten** und die **Paprika** hinzufügen und ca. 3-4Min. mitbraten.



3. Hähnchen schneiden

Das **Hähnchenbrustfilet** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.



6. Curry fertigstellen

Je nach Schärfewunsch ca. **2/3 der Currypaste** zum **Hähnchen** geben und unterrühren. Mit der **Kokosmilch** ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Hähnchencurry** mit dem **Reis** und dem **Weißkohlsalat** anrichten und mit **Erdnüssen** bestreut servieren. **Tipp:** Die **restliche Currypaste** einfach im Kühlschrank für ein anderes Rezept aufbewahren!